

SEMANA 1	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
DIA DO MÊS				01/08/19	02/08/19	03/08/19
Arroz				Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e Integral
Feijão				Carioca	Carioca	Carioca Batido
Prato principal				Carne Moída	Bife de Frango	Carne Cozida
Guarnição				Abóbora Refogada	Creme de Milho #	Mandioca Sauté #
Salada 1				Couve com Laranja	Alface com Manga	Mix de Folhas
Salada 2				Tomate	Salada de Lentilha	Tomate
Salada 3				Vagem	Brócolis	Abobrinha Ralada
Salada 4				Gramile	Cenoura Ralada	Soja Especial
Opção vegetariana				Cubos de Soja Escura Acebolada	Suflê de Legumes * %	Lentilha à Bolonhesa
Sobremesa				Banana	Mamão	Paçoca

SEMANA 2	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
DIA DO MÊS	05/08/19	06/08/19	07/08/19	08/08/19	09/08/19	10/08/19
Arroz	Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e Integral	---
Feijão	Carioca	Preto	Carioca	Vermelho	Carioca	---
Prato principal	Bife de Boi Grelhado	Frango Assado (Coxa e sobrecoxa)	Peixe ao Molho Vermelho	Lombo ao Molho	Isca de Frango Acebolada	---
Guarnição	Espaguete ao Molho *	Repolho Napolitano	Purê de Moranga #	Couve Refogada	Batata Dourada	---
Salada 1	Acelga	Alface Crespa	Alface Americana	Alface com Rúcula e Manga	Mix de folhas	---
Salada 2	Salada de grão-de-bico	Tomate	Tomate	Vinagrete	Feijão Branco	---
Salada 3	Pepino	Seleta de Legumes	Cenoura Ralada	Chuchu com Orégano	Abobrinha Ralada com milho	---
Salada 4	Beterraba Ralada	Tabule*	Berinjela	Couve-flor	Beterraba Cozida Com Hortelã	---
Opção vegetariana	Omelete de Cenoura com milho %	Soja Xadrez	Hambúrguer de Lentilha *	Ovos Cozidos %	Lasanha de Berinjela #	---
Sobremesa	Doce de Leite com Chocolate #	Maçã	Banana	Melancia	Chocolate # (Moranguete)	---

SEMANA 3	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
DIA DO MÊS	12/08/19	13/08/19	14/08/19	15/08/19	16/08/19	17/08/19
Arroz	Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e Integral
Feijão	Carioca	Vermelho	Carioca	Tutu Simples	Carioca	Carioca
Prato principal	Estrogonofe de Frango #	Linguíça Assada	Frango Assado ao Molho Caipira	Pernil em Cubos ao Molho Barbecue	Carne Cozida	Isca de frango acebolada
Guarnição	Batata Palha	Virado de Cenoura	Quiabo ao Molho	Almeirão Refogado	Couve-Flor Gratinada #	Legumes Sauté #
Salada 1	Acelga com abacaxi	Alface Crespa	Mix de folhas	Alface americana	Alface com manga	Mix de folhas
Salada 2	Tomate	Brócolis	Tomate	Vinagrete	Gramile	Tomate
Salada 3	Abobrinha Ralada	Berinjela	Soja Especial	Cenoura Ralada com Maçã	Repolho Roxo	Pepino
Salada 4	Feijão Branco	Beterraba Ralada	Batata Doce	Tabule *	Vagem	Beterraba ralada
Opção vegetariana	Hambúrguer de Grão-de-bico *	Almôndega de Lentilha *	Bobó de grão-de-bico	Ovos Pochê %	Torta de Abobrinha *%	Refogado de soja
Sobremesa	Paçoca	Mamão	Laranja	Melancia	Maçã	Gelatina de limão

SEMANA 4	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
DIA DO MÊS	19/08/19	20/08/19	21/08/19	22/08/19	23/08/19	24/08/19
Arroz	Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e integral	Branco e Integral	Branco e Integral
Feijão	Carioca	Carioca Batido	Vermelho	Carioca	Preto	Carioca
Prato principal	Carne Moída	Bife de Frango Grelhado	Bife de Boi Grelhado	Peixe Assado na Farinha de Milho	Escondidinho de Frango #	Lombo ao Molho
Guarnição	Angu ao Molho	Berinjela Napolitana #	Chuchu Tropeiro	Batata Bolinha	Abobrinha Refogada	Legumes Assados
Salada 1	Acelga com manga	Alface Crespa	Mix de folhas	Alface americana	Alface com rúcula	Alface Crespa
Salada 2	Tomate	Feijão Branco	Tomate	Salada de brócolis	Vinagrete	Tomate
Salada 3	Chuchu com Milho	Marroquina *	Salada de Lentilha	Gramile	Repolho Roxo	Batata Doce
Salada 4	Salada de Soja	Cenoura Ralada	Beterraba Cozida com Hortelã	Pepino	Vagem	Beterraba Ralada
Opção vegetariana	Hambúrguer de Feijão Preto *	Grão-de-bico Xadrez	Torta Vegetariana *#	Soja Acebolada	Escondidinho de Soja #	Ovos Cozidos %
Sobremesa	Doce de Leite Cremoso #	Melancia	Maçã	Banana	Laranja	Doce de banana

SEMANA 5	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
DIA DO MÊS	26/08/19	27/08/19	28/08/19	29/08/19	30/08/19	31/08/19
Arroz	Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e Integral	Branco e Integral
Feijão	Carioca	Preto	Carioca	Vermelho	Carioca	Carioca
Prato principal	Bife de Frango ao Molho	Carne de Panela	Frango Assado	Lombo ao molho de abacaxi	Bife de Boi Acebolado	Frango Xadrez
Guarnição	Cenoura Sauté #	Mandioca Ensopada	Creme de Milho #	Couve Refogada	Purê de Batata #	Farofa de Banana
Salada 1	Acelga	Alface Crespa	Mix de folhas	Alface americana	Alface com manga	Mix de folhas
Salada 2	Abobrinha Cozida	Tomate	Salada de grão - de - bico	Tomate	Pepinete	Tomate
Salada 3	Feijão Branco	Beterraba ralada	Repolho Tropical	Baroa Cozida	Cenoura Ralada com Ervilha	Beterraba Cozida
Salada 4	Tabule *	Chuchu com Milho	Brócolis	Berinjela	Couve -flor	Salada de Soja
Opção vegetariana	Soja à Moda Oriental	Quibe de Soja %*	Suflê de Legumes * %	Ovos Mexidos com Tomate e Manjericão %	Ratatouille	Hambúrguer de Lentilha*
Sobremesa	Doce de Goiaba	Melão	Banana	Laranja	Melancia	Doce de Amendoim